15.11.2018г.
Бросайте курить!

Приобрести какую-либо зависимость достаточно просто, а избавиться от нее уже затруднительно.

Очередной День охраны труда в ГКУ СО КК «Отрадненский ДДИ» состоялся 15 ноября 2018 года и был посвящен всемирному Дню отказа от курения.

Известно, что курение – лидер среди причин смертности, на которые можно повлиять. В нашем учреждении были проведены различные мероприятия, призванные просветить сотрудников о вреде никотина, способах избавления от курения, методах профилактики заболеваний органов дыхания. Распространены буклеты, памятки, листовки: «Хочешь жить – бросай курить!», «Правда и мифы о курении», «Кальян: курить или не курить?», «Сигарета – иллюзия красоты».

Работники изучили навыки носовой дыхательной гимнастики - системы дыхательных упражнений, направленных на профилактику заболеваний органов дыхания. Освоили основные правила профилактики заболеваний органов дыхательной системы: проводить больше времени на свежем воздухе, заниматься спортом, закаливанием, ежедневно проветривать помещения и осуществлять влажную уборку.

Была организована работа обменного пункта «Меняю сигарету на конфету». Завершена акция массовым уничтожением собранных сигарет. Самым ее активным участникам были вручены календари с лозунгами против курения. А победителю в подарок достался комнатный цветок – источник очищения и насыщения воздуха кислородом, поглощения углекислого газа.